

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

V.1 Kesimpulan

Menurut hasil diskusi tentang fisioterapi yang dilakukan pada pasien pria berusia 78 tahun yang didiagnosis dengan sindrom piriformis dextra, dengan kesimpulan:

- 1) Pengukuran pada nyeri menggunakan VAS, pengukuran pada kekuatan otot menggunakan Manual Muscle Testing, pengukuran lingkup gerak sendi menggunakan ROM (ISOM).
- 2) Problematika yang terjadi pada *Piriformis Syndrome* berupa adanya nyeri, terdapat penurunan lingkup gerak sendi, dan adanya kelemahan kekuatan otot.
- 3) Intervensi yang dilakukan berupa TENS, Ultrasound, Terapi Latihan berupa *Piriformis Stretching* dan *Self-Myofascial Release* yang bertujuan untuk membantu mengurangi problematic fisioterapi berupa nyeri, keterbatasan lingkup gerak sendi, penurunan kekuatan otot.
- 4) Nyeri berkurang dalam 3 kali evaluasi fisioterapi dari nilai hasil *Visual Analogue Scale* (VAS) nyeri diam dari nilai 4 menjadi 3, nyeri tekan dari nilai 3 menjadi 2, serta nyeri gerak dari nilai 6 menjadi 5. Adanya peningkatan ROM dalam 3 kali evaluasi pada fleksi hip dari nilai 100⁰ menjadi 110⁰, peningkatan ROM pada abduksi hip dari nilai 30⁰ menjadi 35⁰, peningkatan ROM pada Eksternal Rotasi hip dari nilai 30⁰ menjadi 35⁰. Tidak terdapat peningkatan kekuatan otot dalam 3 kali pelaksanaan fisioterapi

V.2 Saran

- 1) Bagi fisioterapi:

Fisioterapi berperan dalam mempertahankan manajemen dalam pola prosedur penanganan pasien dengan diagnose *Piriformis Syndrome* dengan mengikuti prosedur operasi standar yang sudah ada.

2) Bagi Pasien:

Pasien harus menghindari aktivitas yang berlebihan seperti membawa beban berat, duduk dalam waktu lama, dan aktivitas berlebihan lainnya untuk mencegah peningkatan nyeri. Sebaliknya, pasien harus melakukan latihan mandiri di rumah (home program) untuk mengurangi rasa sakit dan meningkatkan fungsionalitas. Pasien dapat melakukan peregangan atau latihan peregangan jika mengalami ketidaknyamanan atau mati rasa.